



SCUOLA DI SPECIALIZZAZIONE IN PSICOTERAPIA
COGNITIVO – COMPORTAMENTALE

Sede di Catania

Il mondo in una stanza
Acceptance and Commitment Therapy nel trattamento
del ritiro sociale nel fenomeno dell'Hikikomori

Una revisione della letteratura

Allieva:
Leila Immacolata Lucia Seguenza

ANNO ACCADEMICO 2024

INDICE

Abstract

1. Introduzione

2. Metodo

3. Risultati e discussioni


4. Conclusioni

Bibliografia

Sitografia



▶ ABSTRACT

- ▶ caratteristiche principali del fenomeno Hikikomori
 - ▶ prospettive future per lo studio di questo fenomeno in relazione al Disturbo D'Ansia Generalizzata (DAG)
 - ▶ efficacia della Acceptance and Commitment Therapy (ACT)
- 

▶ INTRODUZIONE

- ▶ Il termine *Hikikomori* deriva dai verbi giapponesi *hiku* (tirare indietro) e *komoru* (ritirarsi) e pone l'attenzione sull'aspetto principale del fenomeno ovvero il ritiro e l'isolamento dell'individuo dalle relazioni sociali
- ▶ Saitō (1998) definisce il ritiro sociale come il sintomo primario che può manifestarsi attraverso varie modalità e gradi

▶ Hikikomori presentano spesso alcune fobie:

- Fobia sociale
- Agorafobia
- Antropofobia
- Automisofobia
- Fobia da prestazione
- Fobia relazionale

- ▶ nei casi più gravi può essere presente perdita di contatto con la realtà, sospettosità incondizionata e ideazione persecutoria
- ▶ Ritmo sonno – veglia alterato
- ▶ Umore depresso accompagnato spesso da pensieri di morte ricorrenti, idee suicidarie, letargia, apatia, sentimenti di colpa e autosvalutazione
- ▶ L'emozione dominante è la paura

- ▶ Crepaldi suddivide l'hikikomori in tre fasi:
 - desiderio di isolamento sociale seppur si mantengono le attività sociali
 - abbandono definitivo della scuola/lavoro
 - totale isolamento e perdita anche delle relazioni stabilite virtualmente

- ▶ Fansten stabilisce quattro tipi di ritiro:
 - Alternativo: rifiuto di regole sociali
 - Reazionale: contesti sfavorevoli
 - Dimissionario: reclusione come fuga
 - Crisalide: freeze del tempo

▶ METODO

- PubMed
 - Google Scholar
 - Science Direct
 - Scopus
 - Psychinfo
- ▶ Articoli di pertinenza:
 - protocolli focalizzati sull'approccio CBT
 - programmi di intervento basati sulla psicoeducazione
 - ▶ Articoli esclusi:
 - non in lingua italiana o inglese
 - non psicoterapia CBT

► RISULTATI E DISCUSSIONE

► Disturbo d'ansia generalizzata (DAG)

- preoccupazione eccessiva (worry)
- pensieri negativi automatici (PAN)
- distorsioni cognitive
- credenze disfunzionali

► schemi di pensiero che influenzano il modo in cui un soggetto percepisce le interazioni sociali intimidatorie e contribuendo al ritiro

SOVRAPPOSIZIONE TRA DAG ED HIKIKOMORI

INTERVENTO TERAPEUTICO

- ▶ Psicoeducazione
- ▶ Automonitoraggio
- ▶ Ristrutturazione cognitiva


Utilizzare l'ABC

Antecedente	Behavior comportamento	Conseguenza

L'ACT - ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY

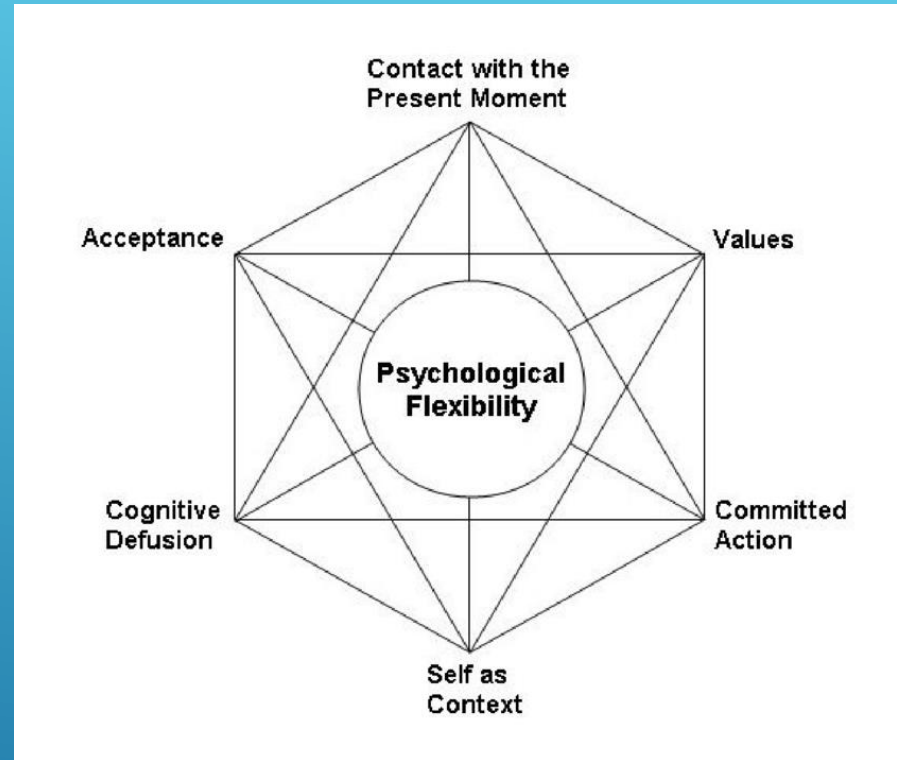
- ▶ Sviluppata da Steven Hayes
 - ▶ Approccio che integra mindfulness – accettazione ed impegno
 - ▶ Obiettivo incrementare la flessibilità psicologica
- 

▶ Inflexibilità psicologica

- Fusione cognitiva
 - Evitamento esperienziale
 - Mancanza di consapevolezza del tempo presente
 - Se come contenuto
 - Mancanza di chiarezza dei valori
 - Mancanza di azione
- 


MODELLO HEXAFLEX ACT

- ▶ Defusione cognitiva
- ▶ Accettazione
- ▶ Consapevolezza del momento presente
- ▶ Se come contesto
- ▶ Chiarificazione dei valori
- ▶ Azione impegnata



STRUMENTI DIAGNOSTICI

- ▶ HQ-I 25 Hikikomori Questionnaire
 - 25 items
 - isolamento sociale – pensieri – motivazioni – impatto sulla vita quotidiana
- ▶ Obiettivo identificare i comportamenti e valutarne le condizioni monitorandone il progresso durante il trattamento

- ▶ Worry Domains Questionnaire (WDQ)
 - 25 items
 - suddiviso in domini che indagano:
salute e benessere fisico – lavoro – famiglia e relazioni -
futuro – denaro – immagine corporea
 - ▶ Obiettivo di individuare le preoccupazioni del soggetto in diversi ambiti
- 

▶ CONCLUSIONI

- ▶ CBT offre un approccio pratico:
 - riducendo l'ansia
 - migliorando le abilità sociali
- ▶ Non definizione nel Manuale Diagnostico e statistico dei disturbi mentali (DSM -5)
- ▶ Intervento sin dai primi sintomi
- ▶ Correlazione tra DAG ed Hikikomori



► BIBLIOGRAFIA

- Aguglia E., Signorelli M.S., Pollicino C., Arcidiacono E., Petralia A. (2010). Il fenomeno dell'hikikomori: cultural bound o quadro psicopatologico emergente? *Giornale Italiano di Psicopatologia*
- Bagnato K. (2017). *L'hikikomori: un fenomeno di autoreclusione giovanile*. Roma, Carocci Editore
- Cerutti R., Spensieri V., Siracusa V.D., Gazzillo F., Amendola S., (2021) Hikikomori: la sofferenza silenziosa dei giovani. *Rivista di psichiatria*
- Crepaldi M. (2019). *Hikikomori. I giovani che non escono di casa*. Roma, Alpes Italia

► BIBLIOGRAFIA

- Hayes SC (2016) Terapia dell'accettazione e dell'impegno, teoria della cornice relazionale e la terza ondata di terapie comportamentali e cognitive - articolo ripubblicato
- Hayes SC, Strosahl KD, Wilson KG (2012) Terapia dell'accettazione e dell'impegno: The processo e pratica del cambiamento consapevole (2a ed). New York: Guilford Press
- Laera A. (2019), Hikikomori: Il ritiro sociale grave ha gli occhi a mandorla. Associazione psicoterapia cognitiva
- La Mela C. (2016), I protocolli clinici della terapia cognitivo-comportamentale, Maddali e Bruni
- Lancini M. (2017), Abbiamo bisogno di genitori autorevoli. Mondadori
- Loscalzo Y., Nannicini C., Giannini M. (2016). Hikikomori: sindrome culturale internalizzante o ritiro volontario? Counseling, Giornale italiano di ricerca e applicazioni

► BIBLIOGRAFIA

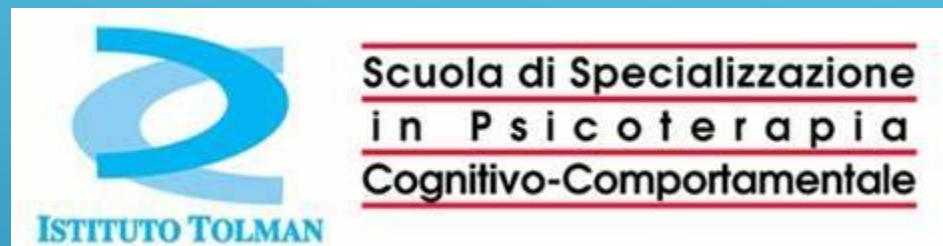
- Melli G. e Sica C. (2022). Fondamenti di psicologia e psicoterapia cognitivo comportamentale. Modelli clinici e tecniche d'intervento
- Moretti S. Hikikomori. La solitudine degli adolescenti giapponesi. Rivista di Criminologia Vittimologia e Sicurezza 2010
- Ranieri F., Andreoli M., Bellagamba E., Franchi E., Mancini F., Pitti L., Stoppielli M. (2015a). Adolescenti tra abbandono scolastico e ritiro sociale: il fenomeno degli “hikikomori”. Il Cesalpino
- Ricci C. (2008). Hikikomori: adolescenti in volontaria reclusione. Milano, FrancoAngeli.

▶ BIBLIOGRAFIA

- ▶ Saggiocco G (a cura di). Hikikomori e adolescenza. Fenomenologia dell'auto-reclusione. Milano: Mimesis, 2011
- ▶ Vicari S. e Pontillo M. (2022). Adolescenti che non escono di casa. Non solo Hikikomori. Bologna, Il Mulino

▶ SITOGRAFIA

- ▶ www.hikikomoriitalia.it
- ▶ www.psiche.santagostino.it/ritiro-sociale/



GRAZIE PER L'ATTENZIONE